

ADAPTACE

Pro nově nastupující děti je zavedena adaptační doba. Délka a forma se upravuje individuálně podle potřeb dítěte. Pro dítě, které přichází do školky poprvé, je tento krok velkou změnou a je nutné dítě na pobyt v cizím prostředí, velkém kolektivu s přesně daným režimem dne připravovat postupně. Zde nezáleží na věku dítěte! Zatímco jedno dítě přistupuje k nové situaci s radostným očekáváním, jiné vyčkává, nebo se dokonce bojí. Některé dítě zvládne situaci rychleji, jinému to jde pomaleji.

Alespoň v prvním týdnu by mělo dítě začínat docházku po jedné až dvou hodinách a postupně ji po konzultacích s paní učitelkou prodlužovat. V druhém týdnu by mohlo již zvládnout celé dopoledne včetně oběda. Adaptace na nové prostředí může trvat až tři měsíce. Nikdy netrvejte na požadavku, že dítě bude hned po nástupu chodit na celý den. Mělo by jít maximálně po obědě.

Nejprve se dítě bude snažit zorientovat v novém prostředí. Bude spíše pozorovatelem. Doma může být unavené, plačtivé, nevyrovnané. Bude vyprávět málo nebo vůbec nic. Asi od druhého týdne se bude snažit najít své místo ve skupině. Často se stane, že půjde ráno do školky nerado, bude smlouvat, vyjednávat, plakat... **Tyto reakce nejsou ničím zvláštním, jsou normální. Vydržte! Každé dítě potřebuje na adaptaci svůj čas.**

A jak to všechno v pohodě zvládnout?

DESET DOBRÝCH RAD, KTERÉ USNADNÍ VAŠEMU DÍTĚTI VSTUP DO MŠ

Rada 1.:

Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá, jaké to tam je. Vyhněte se negativním popisům (tam tě naučí poslouchat, tam se s tebou dohadovat nebudou...). Zvykejte dítě na odloučení.

Rada 2.:

Ved'te dítě k samostatnosti při hygieně, oblékání, jídle. Samostatné dítě nebude zažívat negativní pocity spojené s tím, že je jediné, které se neumí obléknout, dojít na WC atd.

Rada 3.:

Dejte dítěti pocit důvěry, že vše zvládne.

Rada 4.:

Dejte dítěti něco důvěrného např. malého plyšáka

Rada 5.:

Pokud bude dítě první dny při příchodu do školky plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Rozloučení neprotahujte.

Rada 6.:

Plňte své sliby. Když řeknete, že přijдете po obědě, skutečně přijďte!

Rada 7.:

Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte vzniklou situaci Vy. Děti okamžitě vycítí Váš projev strachu a úzkosti. Platí zde, že zbavit se své úzkosti znamená zbavit úzkosti i své dítě.

Rada 8.:

Pokud máte strach z odloučení a nejste přesvědčeni o tom, že dítě dát do školky chcete, pak byste měli své rozhodnutí o nástupu dítěte přehodnotit, případně se dohodnout, že dítě bude vodit ten z Vás, který s tím má menší problém.

Rada 9.:

Za pobyt ve školce neslibujte odměny předem. Pokud den proběhne v pohodě, je namístě pochvala nebo odměna. Pozor, nemělo by se to stát každodenním pravidlem.

Rada 10.:

Promluvte si s učitelkou o možnosti postupné adaptace. Učitelce důvěřujte.

Tyto rady vycházejí z práce PhDr. Simony Hoskovcové, PhD., z UK a našich dlouholetých zkušeností.